



### ຄວາມປອດພັຍໃນໂຮດ

- ໃຫ້ເດັກນ້ອຍນິ່ງໃນບະນຸງຄໍລັບເກົ້ານ້ອຍຫຼາຍທີ່ມີເດັກນ້ອຍໃນໂຮດ.
- ຂອນນິ່ງຫຼາຍຫຼັງແນ່ນນອນນິ່ງທີ່ປອດພັຍທີ່ສຸດຄໍລັນເດັກນ້ອຍ.
- ຄວນໃຫ້ເດັກນ້ອຍນິ່ງໃນບະນຸງຄໍເດັກທີ່ວ່ອຍຫັນໄປທາງຫຼັງຈິນກວ່າເດັກນ້ອຍຈະມີອາຍຸຖືງປີເລະນີ້ນ້າຫັນກ່າວ່າຫຼາຍນີ້ຍັງບໍອນ.
- ເດັກນ້ອຍທີ່ມີອາຍຸປີແລະນີ້ນ້າຫັນກ່າວ່າຫຼາຍກວ່າ20ບໍອນສາມາດນິ່ງໃນບະນຸງທີ່ວ່ອຍຫັນໄປທາງຫັນໄດ້.
- ໃຊ້ບ່ອນນິ່ງທີ່ມີເຄື່ອງຄໍສໍາລັບເດັກນ້ອຍທີ່ມີອາຍຸຕ່າງໆແຕ່ປີຈົນເຖິງຢ່າງນ້ອຍເປີ.
- ເດັກນ້ອຍເຫຼົ່າໃນນິ່ງໃນບະນຸງສໍາລັນເດັກນ້ອຍ  
ໜີ ບະນຸງທີ່ຍົກໍຂຶ້ນຈົນຖິງອາຍຸ ເປີ ໜີ  
ຈົນກວ່ານ້າຫັນກໍໄດ້ 60 ບໍອນ.

### ຄວາມປອດພັຍໃນເຮືອນ



- ເອົາໝາຍແລກສູາເສີນຕ່າງໆໄວ້ໄກ້ໂທະສັນ.
- ມີອຸປະກອນປະຖົນພະຍາການກຽມໄວ້ສະເໜີ.

- ຮູ້ຈຳCPRແລກການແກ້ໄຂການເອົ້າຂອງເດັກ.
- ເກັ້ນຫຼູນເຊື່ອໃຊ້ໃນເຮືອນອຸປະກອນເສີນສອຍແລະຢາຕ່າງໆໃຫ້ໄກ້ຈາກເດັກນ້ອຍ.
- ໃຊ້ລອກປ້ວງກັນຄວາມປອດພັຍແບບພິເສດໃສ່ສໍາລັນລົ້ນຂັ້ງຕູ້ແລະຕູ້ຕ່າງໆ.
- ເອົາສິ່ງປົກຄຸມໄສ້ຖຸກຮັບສູນໃໝ່ນັ້ກ.
- ຕັ້ງອຸນຫະມູນນັ້ນຮ້ອນໄວ້ໃຫ້ສູງເກີນ120ອົງສາ.
- ຢ່າປ່ອຍໃຫ້ເດັກນ້ອຍຢູ່ໄກ້ລຳພັງໃນອ່າງອານົາ.

### ຄວາມປອດພັຍໃນອຸນອນ



- ເອົາເດັກນ້ອຍວາງນອນຫາງຍຫາງຫຼັກຂັ້ນໃນເວລກລາວນອນ.
- ຢ່າເອົານັກຄຸມຫັນຫຼືວ່ອເດັກນ້ອຍເວລາລາວພວມນອນຫຼັບ.
- ຢ່າເອົານັກນີ້ທີ່ເປັນຝູ້ຍູ້ອອກຫຼືນັກຄຸມບ່ອນນອນໄສ່ໄວ້ໃນຫຼູ້ເດັກນ້ອຍ.
- ຢ່າເອົາຫນອນເຊື່ອກັນກະແທກແລະຂອງຫຼັ້ນຕ່າງໆໄສ່ໄວ້ໃນຫຼູ້ເດັກນ້ອຍ.
- ໃຊ້ບະນຸນທີ່ກັນພູມແພ້ມັນຄວນຈະມີຂະຫາດທີ່ດີກັນຂອບແລະມີຂອງຫວ່າງຫຼັກນ້ອຍກວ່ານິ້ນ້ຳລະຫວ່າງເບະນອນກັນຂອບຜູ້.



### ຄວາມປອດພັຍກຽວກັບໄຟ

- ຕິດສັນຍານເຕືອນໄຟໄຟນິ້ນໄວ້ໃນເຮືອນຂອງທ່ານ.  
ກວດເບື້ງຖານຂອງນິ້ນເປົລະເທື່ອ.
- ຕິດເຄື່ອງມອດໄຟໄວ້ໃນຫ້ອງລົ້ນ.
- ຕິດຂັ້ນໄດ້ຫົນໄຟໄວ້ໃນແຕ່ຂັ້ນທີ່ສອງຂອງເຮືອນຫຼືຂັ້ນທີ່ສູງກວ່ານິ້ນ.
- ຕິດເຄື່ອງກວດກັດດາບອນໂມນິດໄຟ (carbon monoxide)ໄຟໃ້ໃ້ງໜ້ອງນອນ.



## ຂໍແບະນຳເລັກງົ້ອຍ ເລື່ອງຄວາມປອດພັຍ

### ຮັກສາຄວາມປອດພັຍໃຫ້ແກ່ ເດັກນ້ອຍຕັ້ງແຕ່ຕົ້ນ ຄວນຈີ່ຂໍແບະນຳເລັກງົ້ອຍ ເລື່ອງຄວາມປອດພັຍເຫຼົ່ານີ້

#### ຄວາມປອດພັຍ

#### ບໍລິເວນສະນຳ



- ຢ່າປ່ອຍໃຫ້ເດັກນ້ອຍຢູ່ໄຕມໍລັງບ່ອນຫຼືໄກ້ສະນຳ.
- ມີອຸປະກອນນ້ອງກັນຄວາມປອດພັຍໄວ້ໄກ້ງົ້ອຍສະນຳ.
- ສະນຳໃຫ້ມີຮັກໜ້າຫຼືນິກຄຸມໄວ້.
- ຖືກໜາການໃຊ້ສະຖາງລົ້ມເດັກນ້ອຍ,  
ຈົ່ງປ່ອຍນ້ຳອອກຫຼັງຈາກໃຊ້ແລ້ວ.

#### ສີຂີ້ວ່າ



- ສີຂີ້ວ່າພື້ນີ້ໃນເຮືອນທີ່ກຳງົດ,  
ມັນສາມາດພົບຫັນໄດ້ຫຼັງພາຍໃນແລະພາຍນອກເຮືອນ.
- ຂີ້ວ່າສາມາດພົບຫັນໄດ້ໃນເຄື່ອງສໍາຄາງແລະເຊື່ອປັ້ນດິນເຕີຕ່າງໆ.

- ຖືກໜາການຄົດວ່າດ້ານນິ້ນໄກ້ກັນສານຂີ້ວ່າ,  
ຈົ່ງພາເດັກນ້ຳໄປຄລືນິກາພື້ນຮັບການກວດເລືອດ.

#### ຄວາມປອດພັຍເລື້ອງບິນ



- ເຮືອນທີ່ປອດພັຍທີ່ສຸດແມ່ນເຮືອນທີ່ບໍ່ມີປິບ.
- ທັງຫາກທ່ານນີ້ປິບ,  
ຈົ່ງໄສ່ກຳຈາໄວ້ໃຫ້ດີ.
- ຢ່າໄສ່ສູງປິບໄວ້ໃນກະບອກປິບ.
- ລ້ອກລູກປິບໄວ້ໃຫ້ໄກ້ກະບອກປິບ.

## ຂໍແບະນຳເລັກງົ້ອຍ ເລື່ອງຄວາມປອດພັຍ

### ຈະຊອກເອົາການຊ່ວຍເຫຼືອໄດ້ຈາກບ່ອນໄດ

ທີ່ອງການຢ່າກັນກຽວກັບນະຄຸມທີ່ມີຄວາມປອດພັຍບໍ່?

ໃຫ້ສາຍໂທດ່ວນດ້ານການໃຫ້ບຸະລິດຕະພັນຄວາມປອດພັຍຫຼົງສະຫະລັດອາມລິກາ:

(800) 638-2772

ສາຍTTYສໍາລັບຄົນຫຼູ້ຫວາ:

(800) 638-8270

ທີ່ອງການຢ່າກັນກຽວກັບ CPRແລກການປະຖົນພະຍາບານບໍ່?

ໃຫ້ຫາສູນວ່າງານກາແຕງ (Red Cross Chapter) ໃນຂດຫ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານ.

ກຽວວິນກຽວກັບສານທີ່ປັນພົດແມ່ນບໍ່?

ສາຍໂທດ່ວນດ້ານຄວບຄຸມສານພົດ:

(800) 876-4766 ຫລື (800) 8-POISON

ສາຍTTYສໍາລັບຄົນຫຼູ້ຫວາ:

(800) 972-3323

ໃຫ້ຫາສູນສະມາດນົດຄຸມສານພົດອາມລິກາ:

(800) 222-1222

ທີ່ອງການຢ່າກັນກຽວກັບສານພົດຂີ້ວ່າແມ່ນບໍ່?

ສາຍໂທດ່ວນສານຂີ້ວ່າ:

(800) 532-3394

ທີ່ອງການຢ່າກັນກຽວກັບບະນຸນຮັບໃນໂຮດແມ່ນບໍ່?

ໃຫ້ຫາການນໍາມີການສາຍຮັດບ່ອນນິ້ນເດັກນ້ອຍ:

(916) 772-6300

ໃຫ້ຫາການນໍາມີການສາຍຮັດນິ້ນຫຼັງພັຍງົງສະເອ:

(800) 745-7233 ຫລື (800) 745-SAFE

ໃຫ້ຫາສູນວ່າງານກາຈະຈອນຖະໜົນໄຣເວເຫັນຊາດ:

(888) 581-9181

ໃຫ້ຫາພະແນກສາທະນະສຸກໃນຂດຂອງທ່ານ

ກຽວກັບໂຄງການກູ້ຢືນສໍາລັບບະນຸນຮັບໃນໂຮດ.

ໃຫ້ຫາຫ້ອງການຄວບຄຸມຫາງລວງຮຸດແລລື່ນິຟຣີ (CHP)

ເພື່ອຂໍຮັບການກວດບ່ອນນິ້ນໃນໂຮດ.

